

地域にお住まいの皆様へ **高齢者向け介護予防アプリ**のご案内

オンライン 通いの場 アプリ

**通いの場
おさんぽ**

散歩コースを
自動作成!

**通いの場
体操動画**

1,000種類を
超える豊富な
体操動画

**通いの場
食事チェック**

毎日の食事を
瞬時に
見える化

楽しく運動や健康づくりに取り組める
6つの機能をご紹介します!

コミュニケーション
通いの場

仲間とオンラインで
交流が持てる

**通いの場
脳を鍛える
ゲーム**

8種類の
脳トレゲームが
楽しめる

**通いの場
健康チェック**

健康状態を
すばやく判定



紹介動画はQRコードから↑



「オンライン通いの場」アプリは、高齢者の身体活動の時間の低下や交流機会の減少を改善しオンライン(インターネット)を活用して運動や健康づくりに取り組める介護予防アプリです。

**無料で
ダウンロード!**



GET IT ON
Google Play



Download on the
App Store

QRコードを読み込むか
アプリストアで
「通いの場」と検索!

通いの場アプリ 検索

① Google PlayまたはApp Storeから「オンライン通いの場」アプリをダウンロードします。② アプリを起動し、メッセージに従って会員登録を行ってください。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター
National Center for Geriatrics and Gerontology

機能
1

通いの場
おさんぽ

散歩コースを
自動作成

現在地を起点に、お散歩コースを
アプリが自動で作成・提案します。
おさんぽコースは自由にカスタ
マイズすることも可能です。



機能
2

コミュニケーション
通いの場

仲間と
交流が持てる

全国の仲間とオンライン交流が可能
です。日常の発見を発信したり、仲間
の投稿にコメントやリアクションする
事で交流を図りましょう。



機能
3

通いの場
体操動画

自宅でできる体操
盛りだくさん!!

1,000種類超の体操動画を
視聴可能です。認知症予防に
効果的な「コグニサイズ」も
全40種類公開中。



▲メニュー画面

機能
4

通いの場
脳を鍛える
ゲーム

8種類&難易度別
脳トレゲーム

8種類の脳トレゲームが3つ
の「難易度」で楽しめます。
正答率100%を目指して脳トレ
に挑戦しましょう!



機能
5

通いの場
食事チェック

毎日の食事管理を
画像解析で

朝昼晩と間食について、食事の写真
から料理名とカロリーを自動解析
して記録できます。



機能
6

通いの場
健康チェック

健康状態を
すばやく判定

毎日の歩数や獲得ポイントをグラフ
で確認したり、アンケートでカンタン
に健康状態の判定ができます。



他にも アプリを楽しく継続利用できる機能が盛りだくさん!

通いの場をカンタン検索

Ba チェックイン

通いの場を現在地からマップ上で手軽に探すことが可能
です。また、通いの場に訪れた記録を残すこともできます。



楽しくポイントを貯める!

P GOポイント

アプリの機能を利用して獲得するGOポイントにより、
オリジナルキャラクターのまごっちを育成することができます。



QRコードを読み取りアプリをインストールしたらご利用可能です。



QRコードを読み込むか
アプリストアで
「通いの場」と検索!

通いの場アプリ 検索

① Google PlayまたはApp Storeから「オンライン通いの場」アプリをダウンロードします。 ② アプリを起動し、メッセージに従って会員登録を行ってください。